ROK VII
Nr. 10.

Maj 15

Opłata uiszczona ryczałt[illegible]
Cena 70 g[illegible]



MŁODA MATKA





DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

[illegible] POLSKIE TOWARZYSTWO PEDIATRYCZNE

„TYDZIEŃ DZIECKA“

Wzorem lat ubiegłych Polski Komitet Opieki nad Dzieckiem organizuje na terenie całej Rzeczypospolitej **„Tydzień Dziecka“**, który trwać będzie od 22 do 28 maja.

„Tydzień Dziecka“ ma przypomnieć społeczeństwu, że jednym z najważniejszych jego obowiązków jest opiekowanie się dzieckiem.

Opieka społeczeństwa objąć powinna nietylko dzieci opuszczone, chore, kalekie, upośledzone moralnie i fizycznie, nieszczęśliwe, przestępcze. Opieka społeczeństwa rozciągać się musi także i na dzieci zdrowe, stwarzając warunki odpowiadające potrzebom i wymaganiom wieku dziecięcego.

„Tydzień Dziecka“ ma przypomnieć matkom, że najważniejszem ich zajęciem domowem jest praca nad dzieckiem, że należycie spełniając swą rolę, już od pierwszych chwil przyjścia na świat dziecka muszą czuwać nad rozwojem jego ciała, umysłu i charakteru; muszą wnikać w jego niezbędne potrzeby.

„Tydzień Dziecka“ to przypomnienie każdemu o najważniejszym obowiązku wobec własnego kraju wobec własnego narodu.

Lato a karmienie piersią.

Uświadomienie matek o wyższości karmienia piersią nad odżywianiem sztucznem przenika do coraz szerszych kół. Szereg artykułów poświęcono już omówieniu tego zagadnienia; dzisiaj poruszamy tę kwestję li tylko pod kątem zbliżającego się lata.

Nie ulega wątpliwości, iż przygotowywanie, a zwłaszcza przechowywanie mieszanek w czasie letnich upałów nastręcza dużo trudności. Nie zawsze mamy dobre mleko. Źle przechowywane mieszanki warzą się, czasem kwaśnieją, i z tego powodu mamy z niemi dużo kłopotu. Już to samo przemawia bardzo przeciw sztucznemu odżywianiu niemowlęcia latem.

Biegunki letnie, a więc wszystkie te zaburzenia w trawieniu i przyswajaniu pożywienia, które powstały wskutek obniżonej przez upały tolerancji dziecka, zjawiają się znacznie częściej u dzieci odżywianych sztucznie, jak również mieszanie, niż u karmionych wyłącznie piersią.

Wspomnieliśmy wyżej o obniżonej tolerancji dziecka. Co znaczy to pojęcie? W czasie upałów podupada wydzielanie soków i zaczynów trawiennych, przyswajanie strawionych pokarmów również odbywa się mniej sprawnie i z tego powodu wprowadzenie pożywienia nieodpowiedniego, zwłaszcza w nadmiarze, wywołuje z łatwością cierpienia żołądkowo - jelitowe.

Dlatego też możemy twierdzić z całą stanowczością, że niemowlę zdrowe, odpowiednio pielęgnowane, nieprzegrzewane i nadmiernie nienasłoneczniane, jeżeli jest regularnie karmione wyłącznie piersią — nie zapada na letnie biegunki.

Przytem pokarm matki, jako pożywienie swoiste, ustrój dziecka przyswaja najłatwiej i czerpie z niego maximum sił niezbędnych dla normalnego rozwoju.

Jednak czasami musimy dziecko dokarmiać. Chodzi tu przedewszystkiem o przypadki, kiedy matka ma za mało pokarmu. Szczególnie jest to ważne w pierwszem półroczu życia. Wówczas wprowadzenie mieszanki mlecznej jest niezbędne. Dokładne wskazówki, dotyczące tej kwestji, znajdą Czytelniczki w artykule o „Sposobie odżywiania mieszanego niemowląt" w Nr. 9 „Młodej Matki". Z tem samem spotykamy się, gdy matka pracuje poza domem. Jeżeli ma dużo pokarmu, może ostatecznie pozostawiać dla dziecka pokarm odstrzyknięty, przechowywany w zimnem miejscu. W razie gdy to jest niemożliwe, znów radzimy dziecku dawać mieszanki.

Powinny one jednak być stosunkowo łatwiej strawne, a więc zawierające niezbyt dużo mleka i odwary mączne.

Pamiętając o pragnieniu, które tak dokucza nam dorosłym w czasie lata, nie zapominajmy o podawaniu niemowlęciu dostatecznej ilości płynów (soki, woda, lemoniada). Dziecko lepiej znosi głód, niż pragnienie. W okresie letnim liczmy się stosunkowo znacznie mniej z przyrostem wagi dziecka, a więcej z jego stanem ogólnym. Lato nie jest okresem tuczenia dziecka, a nawet pokrywania poprzednich niedoborów.

Ostatnią sprawą, którą chcę poruszyć, byłaby kwestja odstawiania dziecka od piersi. Powiem krótko — słuszna jest zasada nieodstawiania dziecka w czasie upału. Dziecko, które kończy rok w lipcu, sierpniu lub wrześniu, powinno być odstawione na jesieni. *Dr. Paweł Baumritter.*

Szczepcie dzieci przeciw błonicy (dyfterytowi).

Miesiące wiosenne są okresem, w którym mamy najmniejsze nasilenie chorób zakaźnych, a zatem jest to doskonały czas do przeprowadzania szczepień ochronnych przeciwko tym chorobom.

W miesiącu maju i czerwcu w całym kraju odbywają się szczepienia ochronne przeciwko ospie. Szczepienie to zdobyło już sobie powszechne uznanie. Nikt się od niego nie uchyla, wprost przeciwnie, każda matka sama pamięta o tem, aby uodpornić dziecko przeciwko tej okropnej chorobie.

I mimo to, że odczyn poszczepienny u niektórych dzieci jest dość duży, nikt, jak już wyżej wspomniałam, nie uchyla się od tego zabiegu.

Doskonałe wyniki szczepień ochronnych przeciwko ospie pobudziły świat lekarski do zwalczania innych chorób zakaźnych również drogą szczepień ochronnych.

Dzisiaj mamy już cały szereg szczepień przeciwko różnym chorobom, jak błonica (dyfteryt), płonica (szkarlatyna), tyfus brzuszny i t. p. Szczepienia te zdobywają sobie powoli coraz większe uznanie.

Ze szczepień tych na specjalną uwagę zasługują szczepienia przeciwko błonicy (dyfterytowi).

Wiemy wszyscy, jak okropną chorobą jest błonica i ile zabiera nam dzieci, mimo tak potężnego środka, jakim jest surowica. Mając surowicę, możemy dziecko w większości przypadków uratować, jednakże wiemy, jak choroba ta osłabia ustrój i ile zmartwienia przynosi rodzicom.

Doświadczenia nad szczepieniami ochronnemi przeciwko błonicy były przeprowadzone na szerszą skalę w pierwszym rzędzie w Ameryce. Przeszczepiono tam setki tysięcy dzieci i na zebranym materjale statystycznym otrzymano ciekawe wyniki.

Otóż okazało się, że odsetek zachorowań na błonicę kilkakrotnie się

zmniejszył w okręgach, gdzie były przeprowadzone szczepienia.

U nas już od 10 lat szczepienia są przeprowadzane w całym kraju, a zwłaszcza w Warszawie, gdzie szczepienia są dokonywane w szkołach i przedszkolach.

Obecnie mamy już własne spostrzeżenia co do wpływu szczepień na zmniejszenie liczby zachorowań.

Jednakże szczepienie na terenie szkół i przedszkoli nie wystarczają. Pozostaje jeszcze grupa dzieci najmłodszych, najbardziej wrażliwych na błonicę. Jest to wiek od 1 do 4 lat — wiek, w którym mamy około 70% wszystkich przypadków zachorowań na błonicę.

Opierając się na wynikach szczepień ochronnych, otrzymanych w ostatnich latach, oraz na udoskonalonej szczepionce, radzimy poddać szczepieniom ochronnym nawet najmłodsze dzieci. Dziecko, które skończyło rok, można szczepić. Tembardziej, że małe dzieci znoszą szczepienia znacznie lepiej, dają rzadko kiedy odczyny ogólne w postaci podniesionej ciepłoty. Odczuwają one niekiedy bóle w miejscu zastosowania zastrzyku szczepionki. Są to jednak bóle przejściowe i łatwo je złagodzić przez zastosowanie ogrzewającego okładu.

Szczepionkę przeciwbłoniczą nie stosuje się jednorazowo, jak przy ospie, ale 3-krotnie. U dzieci, które nie dają się uodpornić, stosujemy ją nawet 4-krotnie.

Rozłożenie szczepień pozwala nam uniknąć odczynów poszczepiennych oraz daje czas organizmowi na stopniowe wytworzenie trwałej odporności.

Najmłodsze dzieci prawie wszystkie są wrażliwe na błonicę, tak że można je szczepić bez badania na wrażliwość. Inaczej przedstawia się sprawa z dziećmi starszemi, które mogą być już niewrażliwe. U tych dzieci wrażliwość badamy zapomocą odczynów skórnych. Takie same odczyny stosujemy po ukończeniu szczepień celem sprawdzenia wyników szczepień.

Zdarzają się przypadki zachorowań u dzieci szczepionych, ale najczęściej u tych, u których szczepienia nie były przeprowadzone systematycznie do końca.

Na terenie Warszawy szczepienia są przeprowadzane w Państwowym Zakładzie Higjeny — Chocimska 24, Klinice chorób dziecięcych — Marszałkowska 24 oraz we wszystkich miejskich urzędach sanitarnych.

Dr. Zofja Glińska.

MATKI! Szczepcie dzieciom ospę.

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

K ą p i e l.



wg Zerwer

Przedmioty potrzebne do kąpieli: 1) prześcieradełko, 2) wanienka 3) termometr, 4) mydło, 5) wata, 6) juta, zast. pytlik oraz 7) naczynie z wodą do obmycia twarzy.



wg Zerwer.

Sprawdzanie ciepłoty wody: Temperaturę odczytuje się nie wyjmując termometru z wody.



Namydlanie odbywa się na stole. Obok przygotowana wanienka do obmycia dziecka (wody w wanience około 10 litrów, na dnie czyste prześcieradło.



wg Sole i Spranger'a.

Namydlanie. Przy codziennem kąpaniu, gdy dziecko nie jest bardzo brudne, można także namydlać wprost w wanience. Tak samo trzyma się dziecko przy opłukiwaniu go z przodu.

Niemowlę trzeba kąpać codziennie



wg. Zerwer.

Sposób trzymania dziecka przy opłukiwaniu grzbietu i nóżek.



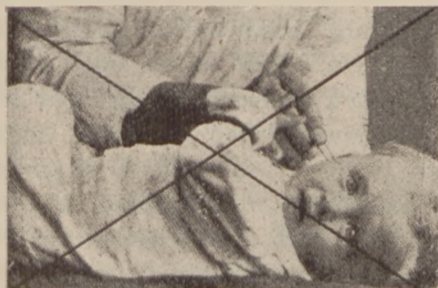
wg. Zerwer.

Wycieranie dziecka prześcieradłem i oczyszczanie otworów nosowych kawałkiem skręconej suchej waty.



wg. Sole i Spranger'a.

Prawidłowe oczyszczanie uszu.



wg. Sole i Spranger'a

Nieprawidłowe oczyszczanie uszu przy pomocy szpilki.

Wanienkę należy wyściełać prześcieradełkiem lub pieluszką czystą, niezbrudzoną

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek wyjeżdżających z małemi dziećmi na wieś.

Rok rocznie w okresie letnich wyjazdów lekarz zarzucony jest szeregiem pytań ze strony matek wyjeżdżających z małemi dziećmi na wieś. Dwa z nich są najgłówniejsze i na nie postaram się pokrótce odpowiedzieć.

1) Jak rozstrzygnąć sprawę mleka na letnisku?

Zdawałoby się, że trudność otrzymania dobrego mleka na letnisku jest mniejsza, niż w mieście. Niezawsze tak jest jednak.

Matki pobierające w mieście mleko, względnie mieszanki z Kuchni Mlecznej, prowadzonej przy każdej poradni dla niemowląt, pozbawione są kłopotu wyszukiwania pewnego źródła mleka. Wyjeżdżając na wieś, są pełne obaw, czy kupowane od t. zw. „kobiety" mleko nie okaże się szkodliwe dla niemowlęcia.

Przyłącza się do tego szereg kłopotów, czy mleko ma być koniecznie tylko od jednej krowy, jak je przechowywać, by się nie psuło, czy robić mieszankę na cały dzień odrazu, czy też kilkakrotnie i t. p.

Od mleka podawanego niemowlęciu musimy wymagać, by było pełnowartościowe (t. zn. nierozcieńczone wodą, ani zafałszowane różnemi składnikami), oraz by nie zawierało żadnych zanieczyszczeń, ani drobnoustrojów chorobotwórczych.

Z tych względów pożądane jest, by matka znała źródło, z którego bierze mleko, by mogła przekonać się, czy udój odbywa się w warunkach higjenicznych (czysta obora, wymiona krowy obmyte, umyte ręce dójki, czyste naczynie, do którego spływa mleko).

Czy mleko pochodzi od jednej krowy, czy od kilku, jest zupełnie obojętne, byleby krowa była zdrowa. Ponieważ łatwiej nam dowiedzieć się o zdrowiu jednej krowy, niż wielu, w tym sensie należy rozumieć stosowaną w praktyce zasadę brania mleka od jednej krowy.

Po udoju mleko powinno być natychmiast przyniesione do domu w zakrytem naczyniu, by uniknąć kurzu. Dla ostrożności można jeszcze mleko przecedzić przez kilkakrotnie złożoną gazę, by pozbyć się ewentualnego zanieczyszczenia. Następną czynnością będzie zagotowanie mleka i gotowanie go przez 3 minuty po zagotowaniu, oraz natychmiastowe ochłodzenie przez wstawienie go do naczynia z zimną wodą. W ciągu dnia mleko powinno stać w piwnicy, względnie, w braku takowej, w najchłodniejszem miejscu mieszkania w misce z zimną wodą, którą wielokrotnie w ciągu dnia zmieniamy.

W dni upalne pożądane jest mleko jeszcze raz w ciągu dnia przegotować, bądź też korzystać z mleka pochodzą-

cego z dwóch udojów, rannego i popołudniowego.

Mieszanki z kleikiem lepiej robić kilkakrotnie w ciągu dnia, bowiem latem często kwaśnieją, o ile są przygotowywane jednorazowo na cały dzień.

2) Jak długo może przebywać dziecko na słońcu?

Odpowiedź na to jest prosta, ale jednocześnie nioczekiwana dla matek — niemowlę nie powinno wcale przebywać na słońcu.

Matka, wywożąc niemowlę na wieś, zgóry cieszy się na myśl, jak to jej maleństwo „na golaska" będzie plażować i zamieni się wkrótce w istne cyganiątko.

Tak prosto się jednak ta sprawa nie przedstawia.

Kąpiele słoneczne, jakieśmy to niejednokrotnie na łamach „Młodej Matki" wyjaśnili, nie są tak obojętnym zabiegiem, nietylko dla dzieci, ale niekiedy i dla dorosłych, o ile są stosowane nieoględnie.

Niemowlęta są specjalnie wrażliwe na przegrzanie, i intensywne naświetlanie może wywołać szereg niepożądanych objawów, jak: niepokój, spadek wagi, utrata łaknienia, wymioty, biegunka i t. p.

Pozostawmy zatem tak modne dzisiaj opalanie na mulatów i czerwonoskórych mniej wrażliwym na to dorosłym, zadowolnijmy się dla niemowląt tą ilością słońca, jaka w pogodny dzień znajduje się pod każdym krzaczkiem lub drzewkiem.

Dzieciom starszym możemy stosować kąpiele słoneczne krótkotrwałe, zawsze jednak za uprzednią zgodą domowego lekarza.

Dr. M. Stopnicka.

Jeszcze w sprawie taniego letniska.

W artykule dr. St. Średnickiego p. t. „Choć kryzys szerzy się, pamiętaj o letnisku dla dzieci" (Nr. 9 „Młoda Matka") zostały poruszone bardzo ważne kwestje, związane ze sprawą konieczności wywiezienia dzieci z miasta na okres upałów.

Bezwątpienia niema chyba matek, któreby nie wierzyły nietylko w pożytek, ale w bęzwzględną potrzebę zapewnienia dzieciom odpoczynku letniego, którego miasto dać nie może.

Są więc wśród nas tylko matki, które mogą wywieźć dzieci na wieś, i takie, które tego uczynić nie mogą.

Akcja kolonij i półkolonij letnich daje możność wyjazdu dla dzieci nawet najbiedniejszych rodziców. Zamożni nigdy z tem kłopotu nie mieli. Najwięcej trudności bodajże powstaje w tych rodzinach, które posiadają dość wysokie wymagania, wyrobione poglądy higjeniczne, a względy gospodarcze — kryzys — nie pozwalają na wykrojenie w budżecie sumy na sfinansowanie „porządnego letniska".

Ponieważ trudności te są natury czysto materjalnej, słuszne jest, aby

szukać rozwiązania w dokładnem rozpatrzeniu zmian w budżecie, jakie pociąga wyjazd na letnisko. Spróbujmy więc zestawić: I) pozycje, w których wydatki w okresie letnim ulegają zmniejszeniu i II) pozycje, które pojawiają się w związku z wydatkami wyjazdowemi.

I) Opłaty za szkołę, przedszkole i wydatki z tem związane; ograniczenie wydatków na ubranie; przejazdy tramwajowe; rozrywki; wydatki na żywność, opał i t. d.

II) Przejazd kolejowy; mieszkanie, żywność.

Po sumiennem obrachowaniu sumy, którą otrzymamy z pozycyj zmniejszonych wydatków miastowych—uzyskamy tę kwotę, którą mamy przeznaczyć na wyjazd. Oczywiście jest rzeczą niesłychanie pomyślną, jeśli można dodać do niej oszczędności, czynione z myślą o wywczasach letnich.

Jednak prawie jako założenie można postawić w obecnych czasach tezę: suma, którą wyliczy się w ten sposób, jest rozpaczliwie mała. Rodziny wyjeżdżające co rok na Jastrzębią Górę lub do Krynicy — przekonywują się, że im wystarczy najwyżej na Anin lub Jabłonnę; ci, co mogli sfinansować letnisko we dworze, pomimo zniżonych opłat, stwierdzają, że w tym roku na to nie wystarcza. Istna rozpacz.

Chodzi tylko o to, by ta „rozpacz" nie podyktowała niesłusznego, błędnego postanowienia: pozostania w mieście. *Mamy mało — musimy się małem kontentować!* Trzeba więc projektować takie letnisko, przy którem wydatki ściśle się zmieszczą w sumie wykrojonej z budżetu. Gdzie jednak takiego letniska szukać i jak go wybrać?

Mam wrażenie, że w tym wypadku, jak zresztą zwykle, może bardzo dopomóc zupełnie jasne wytknięcie celu, jaki mamy osiągnąć, wywożąc dzieci z miasta. Oczywiście zdrowie dziecka.

Cóż więc potrzeba dla zdrowia dziecka, któremu lekarz specjalnej kuracji nie zaleca? Trzeba zapewnić dziecku to, czego mu brak w mieście, a więc: świeże powietrze, słońce, swobodę, las, właściwe pożywienie, spokój i jak najbliższy kontakt z przyrodą.

Warunkom tym najbliżej odpowiada szczera wieś w dobrem, suchem położeniu, wpobliżu lasu; oczywiście bardzo pomyślna jest bliskość rzeki, jezior lub gór. Zupełnie zato wszystko jedno, czy to będzie dwór, dworek, czy też dom wieśniaka, aby tylko warunki naturalne, zaradność i kultura mieszkańców gwarantowały zdrowotność pobytu. Oczywiście łatwiej znaleźć takie warunki dalej od miasta.

Jeśli dobrze poszukać w pamięci i w kręgu znajomości, to napewno niejedna taka siedziba przyjdzie na myśl i możliwości okaże się tysiąc. Wszakże ogromna większość mieszkańców miast pochodzi ze wsi i ma tam dalszą lub bliższą rodzinę i znajomych. Trzeba zakołatać, zaproponować, dokładnie określić warunki i nieprzestraszać wymaganiami, którym szczera wieś zadośćuczynić nie będzie mogła. Jestem pewna, że bardzo wiele rodzin na wsi chętnie zaofiaruje pobyt u siebie dla całych rodzin, matek

z dziećmi, albo same dzieci weźmie pod opiekę pod tym warunkiem, że przybysze poprzestaną na zwykłym trybie życia wiejskiego i nie będą wymagali przekształcenia dworu na pensjonat, chaty — na podmiejskie letnisko.

Przyznajmy z pewną rezygnacją: dorośli muszą wyrzec się pewnych wygód, rozrywek, nawet słusznych i godziwych, ale zbyt kosztownych, w celu osiągnięcia tego jedynego celu wyjazdu w lecie: *zdrowia dziecka.*

Jeżeli racjonalniej przyjrzeć się warunkom szczerej wsi, to bezwątpienia i dorośli znajdą tam bezwzględnie lepsze warunki do wypoczynku i nabrania siły, niż w okrzyczanych uzdrowiskach i przepełnionych letniskach. Przyczem niemałą rzeczą jest możność zajęcia się w niekłopotliwej formie gospodarstwem domowem, zajęcie się bezpośrednie dziećmi, bez potrzeby szukania pomocy obcej, brak przymusu strojów i pokus drogich rozrywek. Trzeba tylko z dobrą wolą i dobrą miną zabawić się w „camping".

Kwestją zaś przedsiębiorczości jest wybranie się w trochę dalsze okolice (przymorskie lub podgórskie), które dać mogą najlepsze warunki dla sportu i zdrowych rozrywek, związanych z przyrodą.

Jest jeszcze jedna kwestja — ludzie źle się czują bez towarzystwa, z którem się zżyli — trzeba więc organizować sobie wyjazdy letnie w parę rodzin, a chociaż w naszem społeczeństwie dryg do zrzeszania się jest niesłychanie mały, myślę, że to jest do pomyślenia.

Znalezienie takiej dogodnej siedziby na szczerej wsi leży więc w dziedzinie możliwości — w rzeczywistości jednak znalezienie jej jest bardzo trudne, wobec warunków higjenicznych, w których żyje przeważnie ludność wiejska, a także ze względu na trudność i kosztowność poszukiwań.

Bez wątpienia jednak przeciętny mieszkaniec miasta przy wyborze letniska przeraża się wielu nieistotnemi przeszkodami i trudnościami, a w wielu wypadkach nie docenia bardzo ważnych, uniemożliwiających wprost pobyt. Dlatego pozwalam sobie podać parę punktów, które należy rozpatrzeć, decydując się na obiór letniska dla dzieci, które specjalnej kuracji uzdrowiskowej nie wymagają.

1. Tak zwane suche położenie ocenić można po braku mokradeł, mokrych łąk i torfowisk. Piachy niezawsze gwarantują „suchość", gdyż bardzo często w miejscowościach podmokrych wydmy piasczyste sąsiadują z mokradłami.

2. Pożądana bliskość lasu, najlepiej sosnowego.

3. Dom powinien być oddalony od drogi, leżeć w ogrodzie — warunkom tym odpowiadają t. zw. kolonje, czy

osady, w przeciwieństwie do niehigjenicznie skupionych wsi.

4. Dom musi być suchy; pokój świeżo wybielony; okna łatwo się otwierające (przewidzieć możność spania przy otwartych oknach).

5. Podwórze musi być porządne; budynki staranne, gnojownia uporządkowana; ustęp, choćby najprymitywniejszy, ale czysty.

6. Studnia powinna być cembrowana, zakryta, ze specjalnem wiadrem, albo pompa.

7. Rodzina, stale zamieszkująca domostwo, musi być zdrowa, a dzieci zwłaszcza powinny dobrze wyglądać i być dobrze rozwinięte.

8. Rozpatrzeć należy sprawę koniecznych produktów żywnościowych, któremi są: mleko od zdrowych, dobrze utrzymanych krów [1]), masło, ser, jaja, drób, pieczywo (najlepiej chleb domowego wypieku), choćby najprostsze jarzyny i owoce (a oto najtrudniej właśnie na wsi). Inne produkty można przywieźć ze sobą.

9. Łatwość dojazdu do lekarza i apteki.

Te sprawy ocenić musi każdy. kto jedzie szukać letniska, a ponieważ jest to trudne, niech każdy szuka nietylko dla siebie, ale dla kilku zaprzyjaźnionych rodzin.

Marja Kapuścińska.

[1]) Mleko należy zawsze gotować.

Podsłuchane rozmowy.

„Aha, więc Pani pierwszy raz wyrusza ze swojem dzieckiem na wieś, dotychczas Pani wyjeżdżała ze swojemi rodzicami, więc wszelkie kłopoty, związane z letniskiem, leżały na barkach rodziców, a obecnie kłopoty te, jako młoda matka, musi dźwigać sama. O dobrodziejstwach letniska słyszała Pani od swego lekarza, który koniecznie na wyjazd namówił, a odemnie chce Pani dowiedzieć się, jakie to są ciemne strony letniska i jak należy przed niemi strzec się? Chętnie służę Pani informacjami".

„Pani, jako doświadczona matka..."

„Rozumie się, mieć troje dzieci, to nie jedno, to trzy razy tyle kłopotów i trzy razy więcej doświadczenia, niż z jednem dzieckiem. Co do letnisk, to mam dużo więcej wiadomości od Pani, bo wyjeżdżałam z Warszawy na wieś już z rzędu co rok przez 3 lata. Gdyby Pani jeszcze nie wybrała sobie letniska, to możebym wraz z Panią rozważyła, dokąd najlepiej udać się, ale skoro już Pani wybrała i zadatkowała, to sprawa ta odpada, o czem innem będę mówiła".

„Będzie Pani miała we mnie dobrą słuchaczkę".

„To tylko Pani wyjdzie na korzyść. A zatem zaczynam. Mieszaknie, do którego sprowadzi się Pani, może być brudne, zapluskwione, niech więc Pani zatroszczy się o to, żeby ono było doprowadzone do porządku. Należy je odświeżyć, wybielić, podłogę wymyć. Sprzęty domowe, meble odku-

rzyć. Maleńki Jurek Pani będzie całemi niemal dniami biegał koło domu".

„Spodziewam się, toż to żywioł".

„Otóż, żeby „żywioł" nie kaleczył się często, trzeba zawczasu plac koło domu letniskowego oczyścić z rozmaitego rodzaju kawałków szkła, blachy, żelaza, drutu i t. p. rzeczy. Należy zrobić porządek koło studni, nie może tam być blisko śmietnika, ścieku. Na właścicielu letniska należy wymóc, aby dbał o czyste utrzymanie studni".

„A jakież plagi specjalne dawały się we znaki Pani na wsi?..."

„O muchach powszechnie wiadomo. Sposoby walki z muchami znane są napewno Pani".

„Ktoby o tem nie wiedział: lep na muchy, trucizna, zwyczajne wypędzanie much zapomocą liściastych gałęzi".

„Jeżeli zabudowania gospodarcze: a więc chlew, stajnia, obora jest blisko domu letniskowego, to w lecie muchy szczególnie dają się we znaki. Komary w miejscowościach suchych, piaszczystych zbytnio nie dokuczają".

„A psy wściekłe, węże, żmije?"

„Od czasu do czasu dało się słyszeć, że gdzieś kogoś pokąsał pies, podejrzany o wściekliznę. Naogół wypadki te są rzadkie. Psy, niedrażnione, na dzieci nie rzucają się. Jeżeli dziecko zostało pokąsane przez błąkającego się psa, to należy podejrzewać go o wściekliznę; w tych wypadkach zwykle bywa pokąsanych kilka osób".

„To co robić w takim wypadku?"

„Należy niezwłocznie udać się do lekarza".

„A nie zetknęła się Pani ze żmiją?"

„Sama żmii nie widziałam nawet, ale od osób, powracających z miejscowości podgórskich i górskich, słyszałam o spotykanych tam wężach i żmijach.

Miejscowa ludność wie doskonale, czy są w danej okolicy węże lub jadowite żmije. Tam, gdzie one są, nie należy chodzić boso. Obuwie, ubranie do pewnego stopnia chroni od ukąszenia albo wprowadzenia jadu do ustroju. jak mnie pouczali lekarze".

„A czy nie wie Pani co robić w razie ukąszenia przez żmiję?"

„Należy przedewszystkiem mocno przewiązać ukąszoną kończynę powyżej rany; ranę trzeba starannie wycisnąć, a miejsce naokoło rany wypalić albo wyciąć. Poza tem należy udać się do lekarza celem wstrzyknięcia odpowiedniej przeciwjadowej surowicy. Wiem o tem od swego lekarza".

„Czy są jeszcze jakie plagi letniska?"

„W tej chwili nie przypominam sobie, ale napewno są. Tymczasem muszę Panią pożegnać, bo śpieszę po sprawunki".

S. S.



DEKLARACJA PRAW DZIECKA

1. Każde dziecko powinno mieć zabezpieczony normalny rozwój fizyczny i duchowy.
2. Dziecko głodne powinno być nakarmione.
3. Dziecko chore — pielęgnowane.
4. Dziecko wykolejone — zwrócone na właściwą drogę.
5. Dziecko upośledzone — otoczone opieką.
6. Dziecko sierota i opuszczone — przygarnięte i wspomagane.
7. Dziecko przed innemi winno otrzymać pomoc w czasie klęski.
8. Każde dziecko winno być przygotowane do zarobkowania na życie.
9. Dziecko winno być zabezpieczone przed wszelkim wyzyskiem.
10. Dziecko winno być wychowane w przekonaniu, że obowiązkiem jego jest najlepsze swe cechy oddać na usługi współbraci.

Niczyje.

Przed dużym posępnym gmachem — mały, jakże niedostateczny ogródek — działka dla danego pawilonu.

— Wynosimy tu dzieci latem, żeby miały choć trochę świeżego powietrza — objaśnia mi uprzejmie Dr. R.

— A gdy pogoda nie jest dostatecznie ładna, by mogły leżeć w ogrodzie?

— To trudno — wówczas nie wychodzą; ten ogródek to jedyne co możemy im dać pod względem spaceru.

Na sali okno otwarte, a mimo to przenika zapach szpitalny. Łóżeczka stoją rzędem gęsto stłoczone. Brak swobodnego przejścia. Przez szybę widzę w nich spokojnie siedzące blade dzieci, przeważnie o tępym wyrazie na apatycznych twarzyczkach.

Ale w tej chwili blade buzie zaróżowiają się, kilkadziesiąt par oczek skierowuje się ku drzwiom i wybucha nagle głośny świergot:

— Tia tia, tia tia.

Sala jest rozszczebiotana — niczem duża klatka ptasząt.

A Dr. R. śmieje się i przechodząc od łóżeczka do łóżeczka wita się z każdem dzieckiem, pamięta jego imię i ma dla każdego małego brzdąca miłe słówko; tego pogłaszcze, tamtemu poprawi włosięta, tego uszczypnie w policzek, tamtemu pogrozi żartobliwie — i w miarę oddalania się jego kroków sala rozbrzmiewa coraz dalej chórem głosików „tata — tata".

— Oni tu wszyscy wołają na mnie tata i każde by chciało na ręce.

— A mama?

— Czasem nazywają tak karmicielkę, czasem siostrę lub posługaczkę.

— Czy cały dzień tak leżą w łóżeczkach?

— Nie, jeśli tylko można — sadza się je na podłodze, czołgają się trochę, próbują swych sił przy chodzeniu, bawią się, ale sala jest na tę ilość dzieci taka ciasna, przeludniona, tak mało jest personelu, że trzeba się zadowolić tem, że dziecko jest czyste, syte i dopilnowane pod względem zdrowotnym.

— Czy nikt do nich nie mówi, nie popieści trochę?

— O ile tylko ma się chwilę czasu to się bawimy z dziećmi. Tu każdy przecież ma swych ulubieńców.

Ale tych wolnych chwil przepracowany personel szpitalny prawie nie ma.

Na salach niby to zdrowe dzieci, ale w danej chwili panuje groźna epidemja wietrznej ospy; groźna dlatego, że w tem stłoczeniu każda choroba przyjmuje poważne rozmiary.

Dużo dzieci już przechorowało; dwie sale są oddane na infirmerję.

— Wie pani, to ciekawe, że latem mamy o wiele mniejszą śmiertelność niż w zimie. Należy to przypisać bar-

dzo sprawnemu funkcjonowaniu kuchni mlecznej i tej okoliczności, że mamy poddostatkiem pokarmu kobiecego, dzięki czemu dzieci bardzo mało stosunkowo zapadają na nieżyty kiszkowe. Ale choroby zakaźne — to nasza klęska, bo przy tem przeludnieniu wywołują one dużą śmiertelność, zupełnie niewspółmierną do śmiertelności w najgorszych warunkach domowych; np. taka wietrzna ospa!

Istotnie widzę dzieci pokryte wykwitami olbrzymiemi, zupełnie przypominającemi ospę naturalną.

— Ale dzieci są syte, mają suche pieluszki, dobre siostry, dobrych lekarzy.

— Tak, pod względem higjenicznym dom wychowawczy dla podrzutków czyni co tylko można.

— Proszę Siostry, czy one się wcale nie bawią, czy nie mają może zabawek?

— Mają, owszem, staramy się o to.

— Ale co tam zabawki i najlepsze nawet odżywianie — mówi siostra, która, uśmiechając się sceptycznie, słuchała tłumaczeń Dr. R. — co tam wszelka pielęgnacja — gdy nie ma tego, co dziecku najbardziej potrzeba: kochania! Niech będzie najgorszy dom, ale dom, niech będzie najgorsza matka, ale matka. Co tu wiele gadać!

Dr. R. potwierdza milczącem skinieniem głowy słowa siostry i bada dzieci przynoszone kolejno przez nianię.

Nagle obraca się.

— A tu jesteś, łobuzie? — Śmieje się wesoło.

Kołysząc się na tłustych nóżkach, małe nachmurzone bobo ciągnie go z całą powagą za fartuch.

— Proszę pani — to Józio, mój pomocnik.

— No Józiu, pokaż pani jak ty mierzysz gorączkę.

Józio ujmuje termometr i sapiąc z wysiłku, kroczy ku innemu maleństwu, które z całkowitym spokojem poddaje się operacji mierzenia ciepłoty. I rozkołysany na swych krótkich, niepewnych nóżkach Józio i mały pacjent, z rezygnacją leżący na boczku — są tak śmieszni, że mimowoli wybuchamy śmiechem.

Z innych łóżeczek podnoszą się błagalne rączki Felka, Stefka, Marysi, Anielki, powstają drobne, krzywicze ciałka i piszczące głosiki zawodzą: „Ja też, ja też".

Każdy chce wyjść z łóżeczka na ziemię, poczołgać się trochę, pochodzić na niepewnych nożynach, poszukać czegoś cudownego na podłodze.

A siostra Felicja i Dr. R. nie mają, jak zwykle, czasu, więc Józia unosi szybko pielęgniarka, tylko kusa koszulka mignęła w powietrzu i już Józio siedzi w łóżeczku.

Siedzi spokojny, apatyczny. Nie płacze, nie grymasi. Wie, że to się na nic nie przyda.

Oczki ma utkwione w kołdrę. A te oczki Józia są tak smutne, że szybko wychodzę z sali i chcę o nich zapomnieć jak najprędzej.

Ale nie mogę, bo oto na drugiej i trzeciej i czwartej i piątej sali widzę całe rzędy, całe szeregi, całą armję małych łóżeczek i w nich siedzą małe, smutne, apatyczne dzieci, których nikt nie pieści, nikt nie lubi, do których nikt nie przemawia tą najsłodszą matczyną gwarą — których nikt nie kocha.

Dzieci niczyje.

— Pan Doktór będzie łaskaw podpisać — siostra podsuwa 3 karty.

Dr. R. przegląda:

— Zapalenie płuc, krztusiec, katar kiszek — ktoby powiedział, że Felek tak prędko umrze. Taki to był ładny dzieciak.

Szybki podpis.

Nikt po tych małych trupkach nie będzie płakał, nikt nie przyjdzie się dowiedzieć, czy ten słodki, mały Feluś, taki wesoły i rozszczebiotany — jeszcze żyje? Czy przetrwał tę ciężką chorobę?

Na dole, podczas gdy zdejmuję fartuch lekarski i czekam na D-ra R., dobiega mnie stłumiony szept.

Jakaś nędznie odziana kobiecina usiłuje przekonać odźwiernego, który broni wstępu do oszklonych wejściowych drzwi na oddział.

— Znowu nie wpuszczacie, i na Wielkanoc też nie. Ciągle jakieś choroby i choroby. Wtedy to mu przyniosłam pomarańczkę. Nawet nie wiem czy mu dali. Pewno już duży jest i włoski mu się kręcą. Panie starszy, niech pan puści, ja tylko na chwilę, choć zdaleka.

Nie słyszę odpowiedzi, tylko po chwili rozlega się głos drgający oburzeniem:

— A co ja mogłam zrobić innego? Czy to wiedziałam — dokąd pójść, kogo prosić choć o tę krztynę mleka dla dzieciaka. Czy to moja wina, że nie miałam pokarmu i nie chcieli mnie przyjąć na mamkę.

— A skąd miałam mieć, jak się tyle miesięcy przedtem głodziłam i ze wstydu sobie oczy wypłakałam!

— Dużo mnie wtedy bachor obchodził!

Szept milknie. A po chwili słyszę znowu głos rozedrgany trwogą.

— Panie starszy, niech pan powie, czy ta wietrzna ospa, co to teraz na nią dzieci chorują — czy to bardzo straszna choroba?

Na oddziałach położniczych i w domach wychowawczych dla podrzutków Wydział Opieki Społecznej Magistratu wprowadził w ciągu ostatnich 2 miesięcy pielęgniarki społeczne, które powstrzymują matki od podrzucania dzieci, szukają im pracy, urządzają i udzielają materjalnej pomocy w myśl, że „najgorsza matka — to zawsze matka i że najlepszy przytułek nie może zastąpić domu".

Dr. Z. R.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Dla Danusi.* Po kokluszu dziecko najlepiej i najszybciej się poprawia, gdy przebywa dużo na świeżem powietrzu. Napady „zanoszeń się" u córeczki Pana, połączone, jak Pan mówi, z występowaniem dużej sinicy, dadzą się wyleczyć, jednakże w sprawie tej musi Pan się zwrócić do lekarza, który przepisze ten czy inny sposób postępowania.

2. *Dla Mamusi Basi.* Mleka w Basinej djecie jest stanowczo za dużo. Przecież Basia ma już 14 miesięcy. Wystarczy 400—500 gr. na dobę. Jarzyny musi dostawać. Proszę sprobować podawać je w zupie. Jeśliby nie udało się, wprowadzić ich koło 2—3 łyżek stołowych na dobę; należy dawać więcej owoców. Waga Basi jest za mała. To jednak nie jest jeszcze wielkiem nieszczęściem, o ile będzie ona swój niedobór wyrównywać. „Porządku" należy uczyć Basię tylko na drodze wychowawczej.

3. *Pani Antoninie Jagodzińskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

4. *Pani Z. Pachuckiej.* Waga dziecka dobra. „Choroby ząbków" niema. Nie można więc wszystkiego zwalać na „ząbki". Radzimy zwrócić się do lekarza.

5. *Pani Zenobji Gaczyńskiej.* Wyjazd z małym na wieś jest bardzo wskazany. Jednakże, jeśli ma on tam się stykać ze zdeklarowanym gruźlikiem, z wyjazdu tego trzeba zrezygnować, bo może się zarazić.